芝加哥大学中国学生学者联谊会

新生手册

2021

芝大中國學聯

UNIVERSITY OF CHICAGO CHINESE STUDENTS AND SCHOLARS ASSOCIATION

学而厚德

志以兴华

目录

一、 关于芝大学联……………………………………4
二、 携带行李建议……………………………………6
三、 交通与出行………………………………………9
四、 宿舍与住房………………………………………13
五、 新生注册…………………………………………19
六、 安全………………………………………………21
七、 理财………………………………………………28
八、 电话网络…………………………………………30
九、 购物/美食…………………………………………34
十、 家电器材…………………………………………38
十一、校园设施………………………………………39
十二、 看病就医………………………………………42
十三、 法律常识………………………………………45

一：关于芝大学联

1. 芝大学联简介：

The University of Chicago Chinese Students and Scholars Association (CSSA)全称为芝加哥大学中国学生学者联谊会，简称"学联"，为北美最有影响力学生组织之一，也是美国中西部地区最具影响力的中国学生组织。芝大学联团结着芝加哥大学所有在校本科生，研究生，博士生，学者以及校友，并作为大芝加哥地区最具影响力的华人团体之一长期以来服务本地同学与同胞们。有幸在芝大求学的学子皆为留洋青年中的沧海领航之人。学联则肩负着引导同学进步，维护同学利益的重要责任，让漂洋过海，背井离乡来求学的同胞们在异国他乡也能感受到家乡的温暖。同时，学联也积极促进着中美两国优秀学者间的沟通交流。学联干部来自全校多个院系的本科与研究生项目，竭尽全力为同学同胞们服务。

在过去的一年里，我们承办了多次专业与业余活动，包括新生见面会、中秋趣味厨艺大赛与对联大赛、线上心理疏导会、元宵节联欢晚会、职业发展交流讲座等，以及多次企业与国内高校介绍会。

2021年已经过去大半，疫情还未结束，更多的挑战还在路上。接下来的一年，我们将牢记使命， 继续与大家携手共进，共克难关，为芝大的各位同学全力给予支持和帮助。在此，我们衷心欢迎各位新同学加入学联的大家庭。

芝加哥大学中国学联

二零二一年九月

一：关于芝大学联

2. **加入学联**:

在秋季学期开始前后，我们将举行学联招新活动。学联成员包括本科、硕士及博士生，我们欢迎所有对学联工作感兴趣的同学前来参加。想要跟进学联活动的同学们可以关注学联微信公众号，订阅学联Mailing List (lists.uchicago.edu) 或者关注学联官方网站(cssa.uchicago.edu)。对学联工作有任何问题或兴趣的同学也欢迎随时联系学联成员。

扫码关注芝加哥大学学联

微信公众号

二、携带行李建议

1. 衣物

日常衣物：芝加哥一年中以夏季与冬季气候为主。这里夏天相对凉爽，春秋天转瞬即逝，但冬天漫长，十月到四月温度基本都在零摄氏度以下。但通常校园设施室内暖气充足，方便的话建议带厚羽绒服一件，较厚外套一件，运动服一套，以及日常的春夏着装。此外，因在校内会遇到正式场合（如求职活动），建议带西服一套。学校的宿舍和校外公寓一般都有洗衣机和烘干机，一次性可以清洗并烘干许多衣物。在此提醒一下洗衣时请注意洗衣机的水温选项，很多衣服用热水洗出来会掉色，还有一些衣服不能用烘干机处理，请阅读衣物上的注明。另一点提醒，虽然夏天室外炎热，但在室内通常冷气充足，为了同学们的身体健康建议准备一些单薄的长衣长裤，夹克牛仔裤等，不但秋冬需要，夏天有时候也要用到。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均高温	0°	2°	7°	13°	19°	25°	28°	27°	23°	17°	10°	3°
平均低温	-6°	-4°	1°	6°	12°	17°	21°	21°	17°	10°	4°	-3°

芝加哥全年平均气温 / 数据来源：美国国家海洋和大气管理局（NOAA）

特殊场合：因在校内会遇到正式场合（如求职活动、社交晚会等），建议带正装一套，女生也可以准备自己喜欢的小礼服一套，出席一些比较正式的晚会时可以用到。另外，有健身习惯的同学可以带上运动服、运动鞋、泳衣等，没有健身习惯的同学也建议带上，充分利用学校健身房等资源养成规律健身的习惯。

2. 课本及参考书：

美国学校教科书普遍比较昂贵，几十乃至上百美金，图书馆一般不能长期借阅。同学们可以先在自己系的主页查清所需书籍，在不违反中美两国有关知识产权法的前提下尝试在国内购买二手或其他版本，如PDF版本。二手教材的购买也可以通过新生群内或Facebook Group “Textbook Exchange”发布教材需求消息，“Textbook Exchange”也可能会有之前发布的二手教材出售消息。

3. 医药制品

常用药：美国无即时挂号就诊体制，因此就医需要预约或者前往急诊室，相对耗时，因此建议同学们准备适量常用药物。感冒发烧类如：板蓝根，感冒清热颗粒，泰诺等。胃肠道疾病类如：整肠生，黄连素，麦滋林颗粒，吉法酯片等。除此之外，芝加哥虽临近密西根湖，但冬天干燥，建议自备清热降火等药物或补品。急救用品如：创可贴、绷带、酒精棉等。

同时鉴于新冠疫情以及秋季流感高发，建议携带莲花清瘟、电子体温计和维生素，并在空间充足的情况下，多携带些口罩和手套等一次性防护用品。

注意不要携带含有违禁或限制性成分的中药和中成药入境：

- 麻黄碱类药物：鼻炎片、柴连口服液、大活络丸、追风膏、复方川贝止咳糖浆、感冒胶囊、急支糖浆等；
- 士的宁类：跌打万花油、风湿关节炎片、骨刺胶囊、关节炎膏、颈腰康胶囊、胃尔康片、腰痛宁胶囊；
- 吗啡类：肠胃宁、咳喘宁、咳速停、克咳、小儿止泻灵等；
- 含有动物或动物器官，如蝎子、蜈蚣、蟾蜍、穿山甲、水蛭、熊胆、虎骨、蛇胆、蛇蜕、蝉蜕、鹿茸、麝香、牛角、犀角、龟壳、燕窝、牛黄、阿胶等成分的中药或中成药。

4. 生活用品：

多数生活用品可在网上或超市购买。关于美国产品的商品价格，建议参考美国亚 马逊网站。但强烈建议同学们带好入住时当即需要使用的物品，如美标转换插头、洗漱用品、 毛巾、电吹风、卫生纸、护肤品、少量纸笔文具、擦家具的抹布一块等，行李空间充裕的可 以考虑携带床单被套。在熟悉周边环境及网购方式后，再添置其他非急需用品。其他个人量身定制的物品，也建议携带充足，如备用框架眼镜、墨镜、隐形眼镜及护理液，美发工具等 。

5. 旅行文件

身份证明： 护照、签证、I-20、录取通知书、行程单、美国SIM卡（有条件的可以带一个备用手机）等入境需要的文件及物品请在乘机时随身携带，并在手机上保存扫描件，方便随时出示证明身份。其他文件如保险卡、住房合同、紧急联系人列表、出生证明、国内驾驶证及翻译件（部分地区认可，具体查询各州当地政策），到美国之后建议尽快办理当地银行卡，在此之前，除信用卡外，还可以准备银联借记卡（取现应急）、少量现金（小费支付）应对不接受信用卡支付的场合。

旅行积分卡： 多数航空公司有自己的积分活动（mileage program），若有同学想今后长期乘坐一家航空公司，并用自己积攒的里程换免费机票，请在乘坐赴美航班前注册航空公司的相关帐号，航程结束后将自己的航班信息输入，就能得到相应的里程；亦可在购买机票前注册好，完成飞行后自动积累里程。积累到一定里程可兑换一张免费单程机票。最新详情具体请登陆进入公司网站注册、查询。需要注意的是，若没有航程前注册相关账号，旅行结束后里程将不能得到承认。

核酸检测报告：据美国疾控中心要求，所有由飞机入境美国乘客须持有启程航班前3 个日历日内采样的核酸检测隐形报告，并由航空公司进行查阅。请务必仔细阅读美国国务院官网的相关FAQ，确保自己获得有效的检测报告，以免耽误行程！链接如下：

https://travel.state.gov/content/travel/en/international-travel/before-you-go/covid-19_testing_required_US_Entry.html

三、交通与出行

I. 从机场到校园

结束长途飞行，初到芝加哥，大家一定希望顺利前往住处尽早安顿。从机场到校园的方式主要有四种：1. 芝大学联组织的新生接机服务；2. 出租车, Uber, Lyft等网约车叫车服务；3. 芝加哥市内公交及地铁; 4. 第三方提供的接机服务。下面将分点介绍。

1. *学联新生接机*

为了帮助新同学顺利入驻，芝大学联每年为新生提供免费接机服务，由学联工作者去机场迎接新生送至住处，今年的接机报名已完成，成功报名的同学会邀请进入接机群，请完成报名的同学们注意留意。

2. *出租车 / Uber / Lyft以及其他约车服务*

若希望以学联接机服务以外的方式前往住处，出租车 / Uber / Lyft也是可考虑选择。通常机场会设立出租车以及网约车专点，请根据机场指示牌前往相应乘搭地点。

费用：使用网约车软件具体金额取决于具体方式、请求的时间等。例如，从奥黑尔国际机场(O’Hare International Airport)，如用Uber XL大型车，平日价格为80美金左右，但溢价时可高达200余美金。

出租车及网约车注意事项：

a. 出租车主要有Checker Cab和Yellow Cab两家公司，可以提前上网预约、通过Curb应用预约、电话联系或现拦。请注意，使用出租车需支付15%左右小费。

b. 中国优步（Uber）的账号无法在美国使用，初次在美国使用请注册新账号。注册完Uber或Lyft账号后，需绑定可以支付美元的Visa卡或Master卡。

c. 若发现Uber或者Lyft中某一软件的价格超出预期，可尝试使用另一个软件约车。Uber和Lyft的费用可能因某一时段需求较多而发生溢价，因此同样时间点、同样路程的情况下，Uber和Lyft的费用可能有较大差异。

d. 与出租车类似，Uber和Lyft在也有指定停车点，请在叫车时选择最近的乘车点并根据机场指示牌到达指定地点乘车。在奥黑尔国际机场，Uber/Lyft 网约车乘车地点为：Terminal 1、2中间；Terminal 2、3中间以及Terminal 5。

e. 因为近年来网约车发生的安全问题，上车前应注意核对车辆信息，拒绝搭乘陌生车辆；形成中间注意留意是否按照既定路线行驶等，危险时可通过网约车报警平台或拨打911报警。

3. 芝加哥市内公交及地铁

如果行李不多，可以选择乘搭芝加哥市内公交及地铁。芝加哥市内公交系统（Chicago Transit Authority，简称CTA）包括公交车和地铁。从奥黑尔（O’Hare）机场出发，可以根据指示牌乘搭蓝线地铁（Blue Line）。乘搭蓝线至Jackson站，到地面转乘6路或28路公交车，或转乘红线地铁再换乘55路公交至Hyde Park，具体下车地点取决于你的具体住址。从Midway机场出发，乘坐55路公交，55th Ellis以东的几站均在Hyde Park地区。

费用：相对另外几种交通方式，公交费用最为低廉，具体收费标准请参照CTA官网：http://www.transitchicago.com/fares/。

注意事项：首次乘坐需要在车站办理Ventra公交卡，工本费5美元，自行决定充值金额。疫情期间，为保证同学们的健康，不建议频繁乘坐公共交通出行，若有必须，做好个人防护并结伴出行。

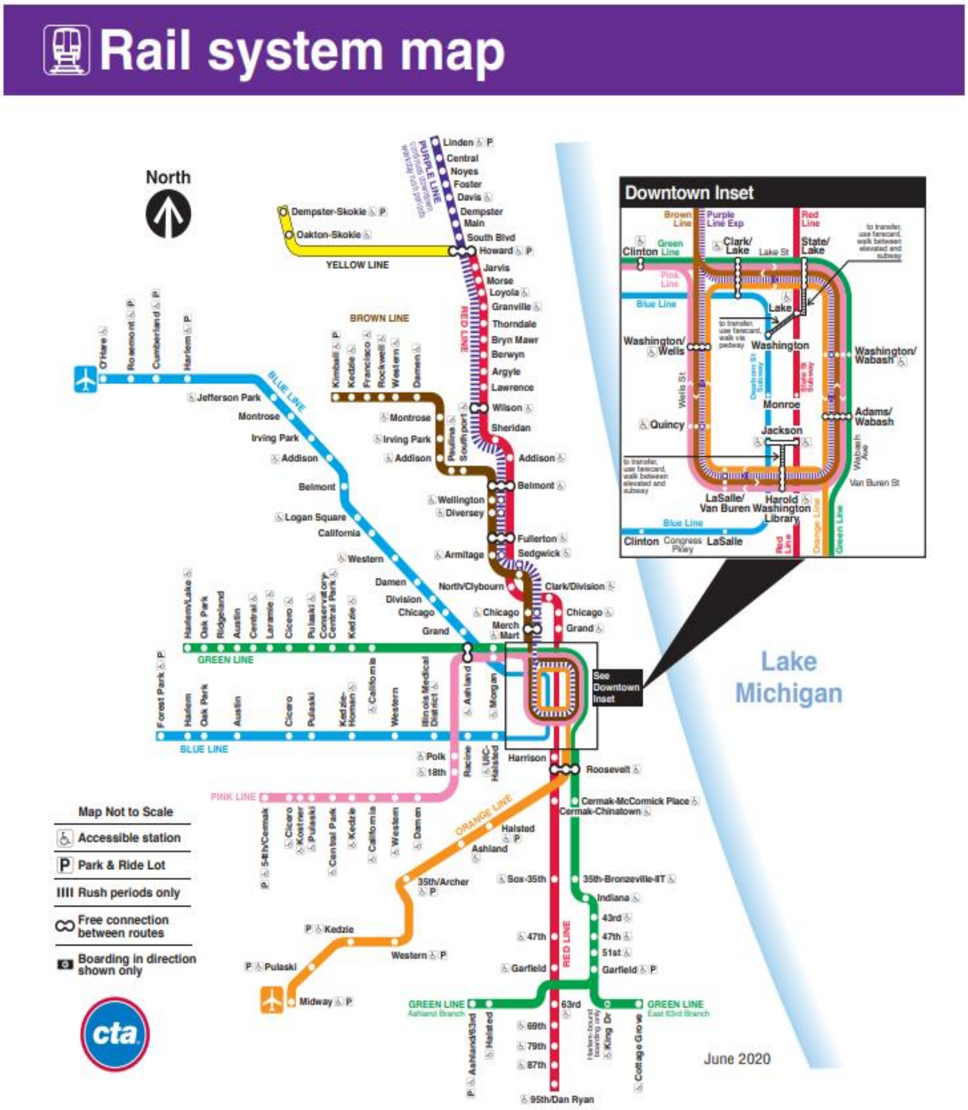
4. 第三方服务

除以上方式以外，另有一些提供接机服务的第三方公司或个人。同学们可以用类似Chicago airport shuttle的关键词直接搜索，或者在新生群里与往届学生进行讨论。

II. 校内出行

芝大官方提供免费校车(Shuttle)，有多条线路，几乎完全覆盖Hyde Park，白天也可以免费乘坐城市公交车171和172，详情请见：https://safety security.uchicago.edu/transportation/。公交的时间表和线路可以在线或通过手机软件查到。 在应用商店搜索‘UChicago’, 不仅能方便地查看学校的活动通知，而且能实时查看校车和Hyde Park内各线路公交车的位置，方便安排出行；还有一些App，如Transit和Transloc Rider，可以查看整个芝加哥地区的公交线路和下一班车的到达时间，都是非常方便的应用。有时App里面的到站时间预测会有误差，所以建议大家在App里面预测的时间前几分钟就到站点等车，避免误车。大多数时间，如果住在校内较为中心的宿舍，步行15分钟以内就足够了。

III. 校外出行



从 Hyde Park 前往 Downtown，Uber和Lyft大约需要15到20美元，不堵车时需要二十分钟。也有不同的公交可以直达，在 South Hyde Park Blvd，或者 51th/Lake Park 乘坐 6 路公交车，在 Downtown 的任何一个站点下车。乘坐55路公交车沿线可以换乘地铁红线和绿线。此外，还可以乘坐 Metra 小火车前往，在 Lake Park 沿线的 51，53，55，57 等街都有站点。需 要注意Metra并不隶属于 CTA，因此不能用 CTA 的乘车卡，需要在站内的自动售票机上购买，单次4美元，车次比较少，但是速度很快，十几分钟就能到 Downtown。从Chinatown 到 Downtown 则可以直接乘坐向 Howard 方向的 Red Line。对于本科生，学校会提供Ventra Card，免费乘坐公交车和CTA地铁；研究生或博士生可根据自己的需求办理Ventra Card。

四、宿舍与住房

本科生宿舍

芝加哥大学目前共有7个专门为本科生建造的学生宿舍。由于芝大要求所有本科大一大二学生住校（转校学生另有规定）, 深入了解这七个本科宿舍尤为重要。简单来说，每个学生宿舍的文化都有所不同，房型的种类有单人间（Single）、双人间（Double）、单人套房（Single Suite）、双人套房（Double Suite）和公寓（Apartment）。每学年Spring Quarter都有机会重新选择宿舍楼和房型，在该Residence House住的时间越久，选房型时的优先级越高。住学校必须要购买学校食堂套餐（Meal Plan），会自动记录在学校账单上。学校在开学前会让新生填写个人生活习惯以便根据个人喜好分配宿舍。以下我们将具体介绍这7个本科宿舍的特点。

1. Campus North Residential Commons (简称 “North”)

North是目前最新的学生宿舍，也是大多数中国学生的最爱。有双人间，运气好的话甚至可以选到单人间或者公寓式套房 。由于North是中央空调，学生不可以自己控制室温，夏天房间里会偏冷。

特点概述：中国同学多，宿舍设施新，宿舍活动少。楼层高，有电梯，景色好，餐厅多，楼下有便利商店（如奶茶店和cookie店），离大图书馆Regenstein Library较近，离体育馆非常近。

2. Max Palevsky Residential Commons (简称 "Max-P")

Max P的外观不讨喜，但是位置处于校园中心，和North一样是中国学生最喜爱的选择之一。单人套房大一几乎不可能选到。在Max P可以自己控制屋里空调的温度，套房里的卫生设施也很方便，不用和一整层的人共享卫生设施。

特点：只有单人套房与双人套房, 位置好，离大图书馆Regenstein Library最近，离体育馆非常近，中国学生较多，可以轻松和North的同学社交。

3. Burton Judson Courts (简称 "B-J")

B-J有突出的宿舍文化，号称是最有芝大特点的地方，学生普遍对学校的热爱非常强烈。新哥特式的建筑是在该宿舍居住的同学大学期间难忘的回忆之一。B-J的卫生间除一层外都是男女共用。B-J缺点为设施较为古老，没有电梯，没有空调，深夏较热，但好处是几乎所有人都享用着单人间。

特点：新哥特式建筑，全是单人间，离号称最好吃的食堂Cathey和艺术中心Logan Center非常近，离Harper Reading Room图书馆最近，芝大宿舍文化浓厚，中国学生较少。

4. Renee Granville-Grossman Residential Commons (简称 "South")

South比B-J更现代化，房型丰富，但宿舍文化也较B-J更少。该宿舍优点则是离学校口碑最好的Cathey食堂和艺术中心Logan Arts Center非常近。该宿舍中国学生较少，由于地处学校南端，建议夜间回宿舍时注意个人安全 。

特点：楼层较高，有电梯，学校南端，离食堂Cathey和艺术中心Logan Arts Center近，离Harper 图书馆较近，中国学生较少，较为现代化。

5. Snell-Hitchcock Hall (简称 “Snitchcock”)

Snell-Hitchcock号称是最难进的本科宿舍之一。 由于它和B-J同为新哥特式建筑，没有电梯，没有空调，深夏较热。该宿舍优点则为位置在学校中心，距离大多教室位置最近，且距离Regenstein图书馆以及Bartlett食堂位置较近。

特点：位置佳，离图书馆近，离教学楼近，离体育馆较近，宿舍文化浓。

6. International House （简称 “I-House” ）

很多美国学生偏爱international house，中国学生较少，离学校中心较远。好处则是距离职业发展中心较近，且经常举办各种文化活动以及名人演讲。同时，学校在寒假和春假期间只开放iHouse供留校的同学居住，因此本来就住在iHouse的同学就不用担心假期留校的搬家问题了。

特点：宿舍文化浓，位置距离上课教室较远，中国学生较少，距离食堂远。

7. Woodlawn Residential Commons （简称 “Woodlawn” ） Woodlawn

Residential Commons是2020年秋季新开放的一所宿舍，位于61街， 内设有单人间、双人间以及公寓。该宿舍最多能容纳1200余名学生，同时设有Woodlawn Dining Commons，为新开放的食堂。

特点：楼层高，设施新，位置距离上课教室和I-House相似，宿舍以及设施较新。

8. 疫情期间特设Hyatt Place和Sophy Hotel

因疫情期间所有本科宿舍只能供平时60%的学生住，本科生学院针对返校老 生提供了再Hyatt Place和Sophy Hotel两处旅馆的长租方案。返校的老同学可以申请在这两个酒店中特别为学生预留的房间长租，虽然价格相比学校宿舍要略贵（HyattPlace每月$2300 Sophy Hotel每月$3000）

研究生宿舍以及校外住宿

作为芝大的研究生，许多同学首先感受到优于其他很多学校的一点，就是我们的学生公寓(graduate housing)。这些公寓楼紧靠学校，步行只需10-15分钟即可到达学校里大部分系楼和教室，平时每天还有10分钟一班的校车到校园。每晚有学校警察局多名警官巡逻和值班，所以是十分安全的。笔者推荐新同学到graduate housing至少先居住一年。由于新同学到达芝大的时候一般正值新生入学高峰时期，如果到校后再找，会比较难找到性价比较好的住处。请准备申请Graduate Housing的同学仔细阅读学校官网上的相关信息 (grad.uchicago.edu/life-at-uchicago/housing/）并尽早申请。不少同学发现，学校的房子在整体性价比、物业管理上，略优于私人公司住房。尤其重要的一点是，Graduate Housing的住户全都是芝大的研究生或教工，因此可以保证楼内安全以及交友氛围。因为学校宿舍位置有限，许多同学选择在校外选择住所。选择住所时，建议大家考虑以下几点：

1. 交通是否便捷。学校提供免费校车，租房时请参考校车路线
2. 治安良好与否。一般不建议租借62街以南，49街以北，Maryland以西的住房
3. 租金、押金金额。 需问清租金是否涵盖水, 电，煤、暖气等费用（部分公寓为 每月固定水电费，其余则为按实际使用量缴纳）。押金一般为一个月的房租上下。
4. 房子种类以及是否要有室友，对于室友的期望等
5. 是否附家具
6. 房东或租赁公司风评（如物业维修速度）
7. 是否需要一次性签1年合约且转接别人已有租约是否可以省去一定费用（部分 租房公司若两个租户无缝衔接可各免一个月房租）
8. 是否禁养宠物及无小孩的要求
9. 合约签定以前，详看每一条款，再行签约

结合学校的官方推荐，CSSA为大家总结了以下几个公司值得考虑：

1. Vue53

VUE53是毗邻海德公园53街上最新的几个公寓之一，主要有开间（studio），一居室（one-bedroom）及两居室（two-bedroom）。公寓内置有洗衣机与烘干机。对于不想与他人共享洗衣房的同学来说，这是个不错的选择。具体信息请访问其官方网站：http://vue53.com/

2. Hyde Park Places

Hyde Park Places 在海德公园内共有三处公寓楼，皆毗邻学校及校车的站点。此公寓提供开间（studio）及单人间，且均是装修过的房子。各种费用及网络已经包含在了房租里。对于想"一劳永逸"的同学，这里似乎是个不错的选择。具体信息请访问其官方网站：https://hydeparkplaces.com/

3. Ivy

这个公司在海德公园内拥有多处公寓楼，皆紧邻学校及校车站点。具体情况请访问其官方网站：https://rentivy.com/

4. Mac Properties

Mac是海德公园内最大的住房公司之一，其拥有公寓楼超过80栋，其中包括几个著名的公寓楼包括Regents Park, Shoreland和City Hyde Park。除了其官方网站：https://www.macapartments.com/，旗下公寓也有自己的网站，Regents Park： http://regentsparkchicago.com/index.php，Shoreland：http://shorelandchicago.com/，City Hyde Park： http://www.cityhydepark.com/，Solstice on the Park: https://www.solsticechicago.com/

其中后面三个公寓楼都在每户内置了洗衣机与烘干机，内部设施比较好，Regents Park则是我校很大一部分中国学生所选择的住所，住在这里的同学买卖二手家具很方便，但同时住户多导致电梯慢，且洗衣房为公用。Solstice是2018年新开的豪华型公寓， 位于56街，离学校距离相对于其他公寓较近，也有校车East直达楼下。内有现代化装修的厨卫、大型落地窗等，但同时房租相对其他公寓也会偏高。最新开放的公寓是2019年建成 的5252 Apartment，位于53街，距离湖边和公交车站较近，步行5分钟左右可到达Wholefoods，Trader Joes 等超市以及附近餐厅。

5. UPC

University Park Condominium也是众多graduate student和访问学者选择的住处，离学校步行只需要10分钟，全天都有校车直达楼下。但不同于VUE 53，regents park的是，upc是个人房东，很多同学都是通过中介签订租房合同，因此大家在选择upc的住处是需要特别比对价格，避免中介虚抬房价。

6. Parker-Holsman

该公司是一个当地，较小的公司，官方网站：
http://www.parkerholsman.com/

7. TLC Management

TLC也是海德公园几大住房公司之一，公寓繁多，可满足同学们不同的住房需求，具体信息请咨询其官方网站：http://chicagorentals.com/

图为Vue53公寓，来源：Photo Gallery | Vue 53 | Apartments in Chicago, IL

五、新生注册

所有学生到校后会进行新生注册。本科生与研究生都需要在开学前完成线上的国际新生培训（Mandatory International Student Orientation），并且在到达芝加哥后完成线上签到（Online Check-in），具体链接校方将在开学前夕通过邮件方式发布。其余注册手续会根据所读项目而稍有不同。

- **F-1/J-1 学生注册**：学生从美国外抵达芝加哥后5日内需要向The Office of International Affairs (OIA) 完成签到，推荐选择在线签到。如果学生提前到达美国走亲访友，则可以在到达芝加哥后完成签到。由于疫情影响选择在国外上网课的新生，具体注册流程请留意OIA后续发布的邮件。更多关于F-1/J-1 学生注册的信息请访问：
  https://internationalaffairs.uchicago.edu/content/f-1j-1-student-check

  OIA对于疫情期间签证和注册问题的FAQ：
https://internationalaffairs.uchicago.edu/news/oia-faqs-coronavirus-updates

- **本科生**：所有新生都要参加的入学培训周 （Orientation Week）将于9月22日开始，各位同学也会在入学培训周按指示办理所有入学 手续。具体活动日程请留意the College Connection app上的信息和通知。更多关于Orientation的信息请访问：https://college.uchicago.edu/student-life/orientation-week

- **研究生**：同学们需要通过Canvas完成UChicagoGRAD New Student Resources内的一系列任务，熟悉报到流程。线下欢迎仪式将在9月21日中午举行。

在这之前首先需要通过学校邮件中的提示领取Cnet ID。 与本科生相比，研究生同学们需要自己办理相关注册手续。在秋季开放线下注册时，研究生们一是要去图书馆领取学生证，二是进行在线登记 。办理学生证的地点在Regenstein Library一楼入口处，100F房间，只需要护照和I-20，会在现场照一张照片作为学生证的头像，第一次办卡不需要费用。有了学生证，同学们可以自由出入各个图书馆，体育馆，免费乘坐CTA的171和172公交。在53街的CVS也会出售CTA的乘车卡，每张20美元，购置后方可乘坐CTA其它公交与地铁。 除了学校统一注册外，各院系通常也 有自己的注册，请同学们留意。

由于疫情防控，所有学生须在myWellness portal完成上传**相关疫苗接种记录**，具体信息详见
https://wellness.uchicago.edu/medical-services/immunizations

同时，请大家留意在9月27日前访问如下网址
https://goforward.uchicago.edu/health-requirements
完成COVID-19 health requirements attestation。

六、安全

出门在外，最重要的当然是人身安全。相信在很多人来芝加哥之前，都或多或少地听说了芝加哥的治安状况，对这里的安全问题抱有担心。当前，芝加哥总体治安环境仍非常严峻，尤其是学校所在的城南地区是案发高频区。以下是为同学们整理出的一些安全提示：

1、地理位置：

芝大所在的地区叫Hyde Park，北到51街，南到60街，西到Washington Park，东到密歇根湖，在这个区域里面是相对比较安全的。而校园外围，尤其是西边和南边，是问题比较多的地方，如果没有特别需要，最好不要去这几个地方。如果要去，也要驾车与好友结伴前往，不一个人单独行动。东边湖岸的Lake Shore Drive相对安全，可以放心在湖边活动。

芝大的校园和社区融为一体，没有围墙，在离学校很近的地方（55街等）也时常发生抢劫事件。建议同学们东西横穿校园时沿着59街行走，因为该街上的校警巡逻最为频繁且行人最多。此外，Hyde Park内覆盖有很多紧急电话，是顶部设置有蓝灯，中间有红色按钮的白色柱子。这些紧急电话会直接接到学校的警察局，有紧急情况可以及时呼叫。

2、出行：

白天在Hyde Park内走路基本上是安全的，但是也需要时时留心身边的人和车辆。走路的时候尽量不要看手机、戴耳机，尽量做到"眼观六路、耳听八方"太阳下山后走夜路，尽量选择车多人多灯光明亮的大路（如53、55街），同时要左顾右盼，熟悉周围的情形。切忌戴着耳机大声听歌，这样即使有人接近也很难觉察，导致自己很容易成为被攻击的对象。

走路最好结伴同行，尽量越多人越好，这样可以大大降低出事的概率。平时出行的时候不要带太多现金，在这里生活没有那么多需要现金的地方，有同学刚来的时候钱包里装了好几百块钱，不小心丢了钱包或遭到抢劫，造成了不小的损失。

针对近期案件多发，额外补充以下提示：

a. 尽量避免夜间出行。在芝加哥地区夜间出行存在一定危险，即使是在校园内或学校周围。往年，在学校内也发生过持枪抢劫等事件，多数为夜间犯案。若必须在夜间出行，请尽量乘车，并不要长时间在街上逗留。虽然多人出行相对安全，但歹徒通常持枪且为多人作案，因此也会抢劫团体。在学校周边若需出行，如从图书馆回家，校警可提供义务护送，只需拨打校警电话 **773-703-8181** 并说明自己需要护送。
b. 白天出行时也请同学们注意随时观察附近环境，不走陌生道路或人少的道路（如小巷、建筑物后方通道等）另外，同学们前往邮局、银行等地点时也需要格外留意周围环境。
c. 尽量减少使用公共交通出行次数。大家平时在校园和学校附近居民区内出行，可以使用芝加哥大学专为学生提供的巴士（下图所示）学校巴士实时位置可查看 https://uchicago.transloc.com/，若要去较远距离的地方，建议选择网约车或出租车出行。

3、驾车

近两年芝加哥劫车事件层出不穷，且一直呈上升趋势。若有同学平日经常驾车，请留意不要在人烟稀少地段停车。上车和在车内时及时观察周围环境，不要在上车后过多停留，即便是在室内停车场。 学校及周围社区虽有街边停车位，但曾出现过夜间车辆被砸或者被损毁的案例，因此仍建议条件允许的情况下在室内停车。

当前，有些歹徒会故意制造小型事故，迫使驾驶员下车，在此期间进行劫车。请驾车的同学们注意，若遭遇此类小型事故（如碰撞）请一定确认肇事车辆内乘坐的人员，如果其行踪可疑请切勿停车。

请各位开车的同学文明驾车，尽量避免与其他车辆冲突，以免发生因路怒而造成的枪击事件。

4、室内

近期，学校附近社区曾发生过入室抢劫案件。请各位同学切记平日出门锁好门窗，尤其是住在公寓不自带门卫的同学。即便是在较新的公寓，门卫也常常因住户过多无法记住所有人，从而让许多非本楼住户进入居民区，所以请各位平日里多加注意。

部分公寓不设立快递接收室，因此请同学们注意及时领取快递。注意扔掉快递时尽量销毁快递盒上的个人信息。

5、突发事件：

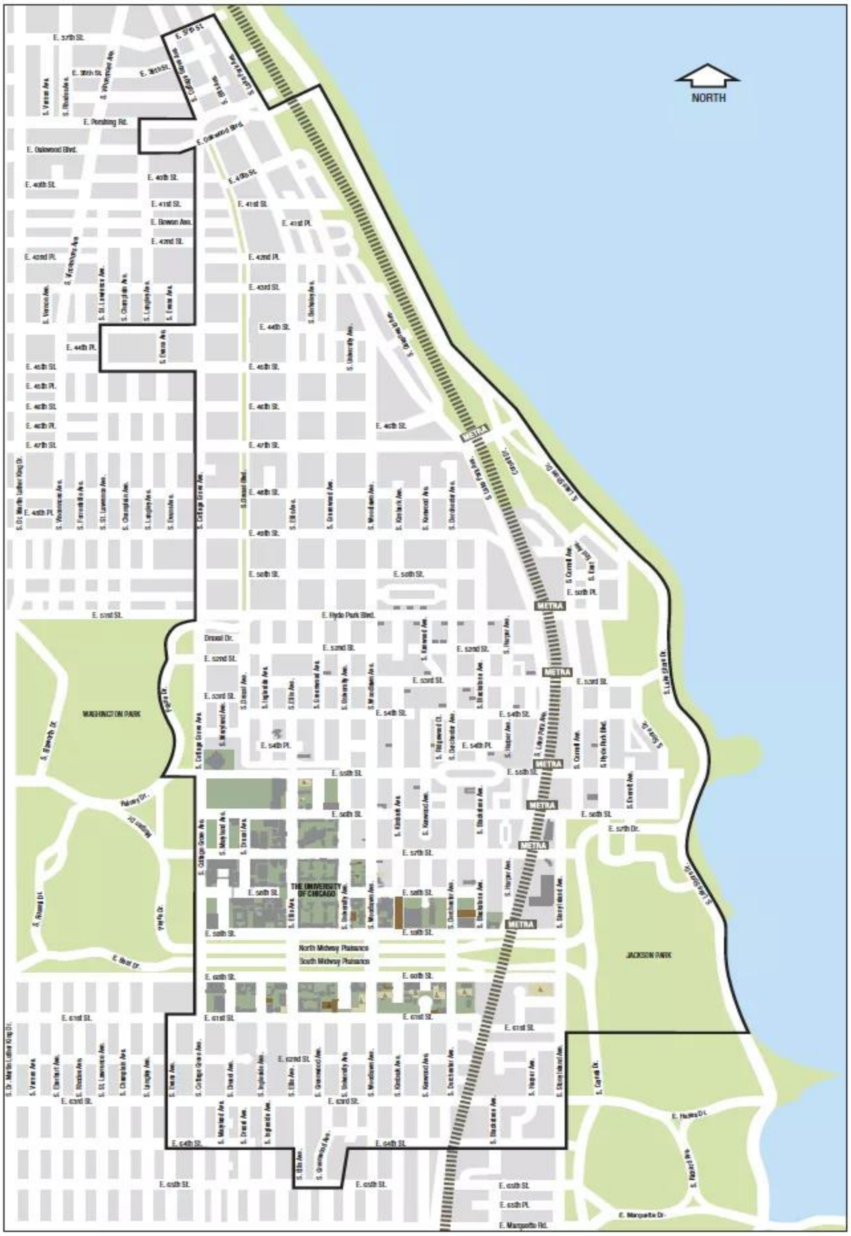
如果不幸遇到抢劫等行为，一定要冷静。大多数人抢劫都是为了钱，所以只要把钱给他，基本可以息事宁人。钱财是小事，人身安全才是最重要的。此外，遇到歹徒时，不要有把手拿到身后摸东西的动作，对方会以为你在拿枪，因此对你进行攻击。给歹徒钱的时候可以直接扔到离你较远的地方，让他去捡，这样对方的注意力会集中在钱上，自己有可能伺机逃跑。有的人会随身携带20元的现金一张，以应对抢劫行为，因为有时歹徒如果拿不到钱也会很愤怒，威胁到人身安全。遭到抢劫后，应当立即拨打911报警并描述抢劫过程，歹徒面貌，驾驶车辆等。若在被抢劫途中不幸遭到身体攻击，立即前往医院检查，即使当时感觉身体并无大碍，也应当安全起见。

6. 相关安全资源：

芝加哥大学校警(UCPD)主要负责我校校区内的安全，并与芝加哥市警察(CPD)共同巡逻周边社区 (详细巡逻范围请看下页图)。若同学们遇到紧急事件，在确保自身已处于安全环境后，拨打校警电话773-702-8181。芝加哥警察电话为911，但因芝加哥警察管辖区域大于校警，且需处理案件量大，因此到事发现场时间往往迟于校警。所以在此建议可以在手机内保存校警电话，遇到危险后及时联系UCPD。

应用程序方面，建议同学们平时下载Citizen、UChicago Safe和中国领事。Citizen应用会显示你所在位置附近正在或已经发生的案件，且通常会实时上传警方接警信息。学校的UChicago Safe应用提供一键报警功能，并可通过该应用实时与校警分享自己位置。中国领事软件会实时发布各国安全提醒，提供领事保护电话以及其他一系列领事服务。以上部分软件可能需在美国版App Store下载。除此之外，学校官方通常会在案发后24小时内会通告在学校附近发生的案件时间地，但并非所有案件都会通报。

University of Chicago Police Department Extended Patrol Area



THE UNIVERSITY OF CHICAGO
Safety
&Security

左图为芝加哥大学校警全部负责范围，除校园外其余地段与芝加哥市警共同巡逻。详细图片和更多信息可查看 https://safety-security.uchicago.edu

上图为推荐安装的应用程序

8、**电信安全**：

近两年我校多位同学曾遇到过电信诈骗，甚至有同学被骗取数万美金，犯罪团伙则逃之夭夭。电信诈骗团伙通常伪装成国内执法人员通知受害人其已经涉嫌某案件，或者伪装成使领馆工作人员，甚至快递公司等进行诈骗。以下为我国驻芝加哥总领馆所发布的相关通知：

“近期，我馆领区电信诈骗再度猖獗，不法分子伪装成中国驻美使领馆、国际刑警组织、DHL国际快递等机构实施诈骗，对目标对象施以心理诱导、威逼恐吓，最终诈取钱财。近期还有不法分子假冒美卫生疾控部门名义对中国公民实施诈骗的情况。中国驻芝加哥总领馆再次提醒领区中国公民提高防范意识，如遇以下情况，请高度警惕诈骗风险， 切勿上当受骗：

（一）非人工的语音电话，谎称受害人涉嫌洗钱、贩毒走私或非法入境等犯罪，或以护照遭海关扣留、银行卡遭冻结为由，要求按键回拨，回拨即陷入诈骗圈套。

（二）假冒中国驻美使领馆工作人员，提供所谓的虚假“工号”，骗取受害者信 任后，常要求提供个人信息，并通过权威式、引诱式的语言诱导受害者陷入诈骗圈套。

（三）假冒“检察官”、“警官”等，出示虚假的“逮捕证”、“搜查令”或“通缉令”，诱导受害人将资金转入实为骗子持有的所谓“安全账户”，此类诈骗造成损失金额最大。

（四）其他以信用卡消费、国际汇款冻结、车辆出事、小孩绑架等各种名目的电信诈骗圈套。

请您高度警惕上述圈套，如遇有关情况，请保持冷静，及时向在美居住地警方报案，或向中国驻美使领馆咨询，避免上当受骗。外交部全球领事保护与服务应急热线+86-10-12308、+86-10-59913991； 中国驻芝加哥总领馆领事保护与协助电话+1-312-780-0170。”

9、应对美国有关部门审查的注意事项：

近期，美方针对我国留美学生学者陆续出台一系列恶意政策，切实影响到我校留 学生生活，如芝加哥高校离美同学就曾面临被盘查等情况。在此学联总结我国驻美使领馆 有关通告，并提醒同学们时刻注意个人人身、财产及信息安全。

（一）提醒在美中国留学人员加强安全防范（转自驻美使领馆07/22/2020通知）

近期，美国执法机构针对中国在美留学人员进行任意盘查、滋扰、没收个人物品、 扣留等案件急剧增加。

外交部和中国驻美国使领馆提醒在美中国留学人员提高安全意识，注意防范，妥 善应对。如遇紧急情况，请及时联系中国驻美国使领馆寻求协助。

（二）提醒在美中国公民注意美方出境检查（转自驻美使领馆05/25/2020通知）

近日，多名中国公民反映在出境时被美边境海关执法人员长时间盘问并检查随身 携带的手机、电脑等电子设备，部分人员的电子设备被执法人员暂扣以做进一步检查。根 据美国法律，美边境海关执法人员有权对所有出入境人员进行检查，包括查验其个人信息、 出入境目的和携带物品等，无须事先申请搜查令。美边境执法人员无需怀疑即可搜查旅客的手机等电子设备，并可对旅客电子设备进行升级搜查，或暂扣相关电子设备。中国驻美 国使馆提醒在美中国公民特别是留学人员注意了解美方出入境有关规定，提高自我保护意 识，以免出境时对自己造成不便和损失。

学联建议： 为应对近期一系列针对中国留学生的恶意行为，学联提醒各位同学在遵守美国当地法规和 学校校规的前提下务必保护好个人人身、财产及信息安全。例如在学校允许的情况下应将 学习及研究材料备份至百度网盘等云存储服务，购置使用国产手机及中国运营商电话号， 离境时暂时卸载社交软件等。不确定自己手机是否兼容美国运营商的同学可查看一下网站：https://www.kimovil.com

10、性骚扰（Title IX）

Title IX 的目的是为了保证学生不会因为性别而受到任何形式的排挤与歧视或者被剥夺所应得到的利益，其形式包括且不限于基于图片、邮件、言论、或行为上的性骚扰。以下为UChicago Title IX Office有关举报不正当表现的资源：

Sexual Assault Dean-on-Call: 773.834.HELP (available 24/7)
Title IX Office邮箱：titleix@uchicago.edu
UChicago Police Department: 773.702.8181
UChicago HELP 网页: Report your concern to UChicagoHELP here.
(http://cm.maxient.com/reportingform.php?UnivofChicago&layout_id=17)

- APP:
  Android
  (https://play.google.com/store/apps/details?id=com.cutcom.apparmor.uchicago)
  App Store (https://itunes.apple.com/app/id1434578008)
- 其他关于sexual misconduct和举报该类行为的网页资源：
  https://voices.uchicago.edu/equity/title-ix/
  https://csl.uchicago.edu/get-help/report
  同学也可以直接联系到学联，我们会尽力提供最大的帮助和陪伴。

11、其他：

Hyde Park地区有较多乞丐，会在校园周围进行乞讨。碰到该类人群时，建议同学们不要给予理会，迅速离开。若发现被跟踪，应立即寻找最近的校警寻求帮助，或者躲进最近的教学楼里。如果生活中遇到意外的紧急情况或者家庭出现变故，请参考中国驻芝加哥总领事馆的“领事保护与协助指南”页面寻求帮助：http://www.chinaconsulatechicago.org/chn/lsbhyxz/lbzn。如果同学们有发现身边的朋友或者同学失联，及时通知警方、学校与领馆有关部门。

如果同学们遇到任何紧急情况，请及时拨打求救电话，亦可向学联寻求帮助：

芝加哥警方电话：911
芝加哥大学校警电话：773-702-8181
我国驻芝加哥总领馆电话：312-780-0170
外交部24小时领事保护与服务应急呼叫中心电话：0086-10-12308或0086-10-59913991

七、理财

出门在外，对于初次来到美国学习的同学，办理银行账户对于今后缴纳学费，存储现金，日常消费等都非常必要。以下为同学们介绍几种美国的银行账户以及相关办理途径。

- 美国的银行存款账户分为两种，Checking Account （支票账户） 与 Saving Account (储蓄账户)。前者可用于日常消费、支票支付，但是通常不提供利息；后者相当于国内的活期存款账户，提供一定利率，但大部分交易无法直接使用，需要先提款至支票账户。这两个账户都可以与 Debit Card （储蓄卡）连接。Debit card 在 ATM 可以提取任意账户中的资金，也可以用 checking account 中的资金在商户刷卡消费。事实上，目前美国各大银行 （比如Citibank, Chase， BofA）提供的利率几乎可以忽略不计（0.01%），甚至还会收取一定管理费，因此如果资金量不大不用考虑 saving account。如果对利率有需求的同学可以考虑如 Discover 或 Marcus 等提供的 saving account，通常能有 2% 左右的利率。但这些视情况可能会需要 SSN (社会保险号），刚到美国的同学可能无法操作。
- 虽然 debit card 同样可以进行交易，但是通常我们不建议使用 debit card 而鼓励使用 credit card （信用卡）。这可能不太符合国内的使用习惯，但在美国，使用 credit card 有非常多的优点：
    1. 最首要的，资金更为安全。Credit card 不直接与你存款相连接，如果遭到盗刷，第一时间打电话给银行要求审核，银行会承担全部损失，使用者还款时无需支付该款项。而如果 debit card 遭到盗刷，银行只能等完成调查确认盗刷后将交易金额退还。
    2. 绝大部分 credit card 公司（包括 Citi, Chase, Amex 等主流信用卡）对于使用 credit card 的交易都提供很多福利，比如 cash back （小比例返还）、extended warranty （延长保修）、purchase protection （损坏/偷窃保护）、price protection （价格保护）、rental car insurance （租车保险）等。不少信用卡还能提供高额的开卡奖励。具体参考各信用卡官方介绍。
    3. 使用信用卡能够积累信用记录，良好的信用记录是长期在美国居住必需。

绝大部分信用卡都需要 SSN （社保号），对于刚来美国的同学可能会遇到一些不便。仍有一些信用卡，比如 Citibank （花旗银行）和 Bank of America （美国银行）的入门卡不需要 SSN 也能办理。没有 SSN 的同学可以从这些信用卡入手，先积累信用记录，之后在获得 SSN 后可联系银行将该卡绑定上（推荐），进一步办进阶的信用卡。

芝大的校区范围就有一家 Citibank，在58街和Ellis（校医院一楼），大部分刚来的同学都会在那里办卡。银行里面有一个中国的客服，名叫 Heidi Guo，说中文而且人很好，所以很多问题都可以很轻松弄清楚。

八、电话网络

留学美国办理美国电话卡十分必要，拥有一张美国电话卡可以方便大家在各 类表格上留美国联系方式。同时，拥有美国电话卡可以方便大家联系当地的美国人和当 地的各类机构。考虑到目前疫情期间部分同学可能暂时不会去芝加哥当地上学，一定要 根据自己的需求情况决定什么时候购买美国的电话卡并适当选择线上官方渠道进行购买， 如若线下购买，注意安全与防护。

办理美国电话卡流程较为繁琐，与国内也有一定差别。不同于国内先买手机 后买卡，在美国买手机的流程主要依托于通信公司。通常，当地人在购买电话卡的同时 会购买一部手机。如果签了合约，手机的价格就会非常便宜，大部分开销集中在手机卡 套餐上。如果已有一家美国公司的电话卡，可以免费保留号码转移到另一家公司。计划在美国买手机的同学可以考虑以上的合约套餐模式，而如果是在国内有手机携带至美国， 则建议单独购买美国手机卡套餐。

常见的美国本土电话公司有AT&T，T-Mobile，Verizon，Sprint等，中国电信 也在美国开拓了业务。根据同学们之前的经验，AT&T室内信号较弱，远离窗户信号会 减弱，不过在偏远地区信号较为突出；T-Mobile信号整体不错，但主要集中在大城市， 偏远地区信号一般。相比而言，AT&T的资费略高一些。如果大家想要保证之后居住的 大楼里的信号，可以咨询住过同一幢楼的学长学姐的意见，因为不同大楼不同运营商的信号强弱可能不同。另外，如果考虑到梯子使用的稳定性和便利性，可以考虑使用Google-Fi的卡，可以在国内不用梯子访问外网。在选择电话公司之前一定要充分调研， 不同的电话公司各有利弊。

美国电话卡套餐一般为两种，Individual Plan和Family Plan。如果办理AT&T和T-Mobile等美国本土运营商，Individual Plan较贵，购买这几家公司的话建议和大学同学购买Family Plan，即几个人一起使用一个套餐，相对便宜一些。不同的Family Plan的通话时长、网络流量、可加入人数、收费都有所不同，可以根据各自需要选择。美国 打电话非常便宜，同电话公司间免费，晚上到次日清晨免费，周末和节假日免费，且没 有国内长途，因此一般Plan里的通话时间用不完，但网络流量可能会用完。因此选择Plan的时候主要关注一个月的流量多少。同时，由于Family Plan是多人共用同一套餐， 建议大家在购买之前与同学仔细商量好，确保之后的使用过程顺利。

在学校附近的53街，Harper和Blackstone之间有AT&T和T-mobile的营业厅 （位于53街Blackstone东，路南），Chinatown也有。在目前疫情的情况下，如果考虑线 上购买电话卡，也可以通过官网的渠道进行线上购买。办电话卡时候需要询问清楚，对 套餐内容和价格心中有数。如果选择AT&T，一个Family Plan需要有一人有SSN（SocialSecurity Number, 美国社保卡号，F1/J1签证持有者如果在美国的学校或公司工作也可以 获得），否则就需要每人交500美元押金，一年之后退还。因此，加入学长学姐已有的Plan是最方便的。购买AT&T的locked iPhone手机是199美元加税（芝加哥市约10.25%），同时需要签订两年的合同，必须开通每月的data plan。选择T-mobile的话，Chinatown的 T-mobile可以提供更加优惠的服务，尤其是针对没有SSN以及一年项目的同学，只需要F- 1，J-1学生签证及护照即可办理。T-mobile提供新开用户解锁版（unlocked）的手机，unlocked版手机可以回国继续使用，T-mobile没有data plan的要求。若对iPhone没有特别 需求，T-mobile对于新开用户仍然会推出免费手机计划，或者75美元的现金回馈。（以上关于iPhone的相关信息以官方更新为主）

近年来因中国电信在美发展手机套餐业务，在美华人拥有了更多的通信选择，可以免费寄卡到家，上飞机前激活，一下飞机就能打电话。详细套餐信息可在下一页查看：

2021真是“留学不易”的一年，好不容易拿到心仪offer的小伙伴们，都在期待赴美的留学生活。选择在秋季赴美的小伙伴，排除万难拿到了签证和机票，准备出发前，以为一切都尘埃落定、准备就绪，但还有一件事情往往最容易被忽略！

那就是：美国通讯服务。**提前准备好在美国能使用的手机卡，不仅方便下飞机后及时跟父母报声平安，更便于联系接机，安排接下来的行程。**那么美国的手机卡应该在哪里购买，如何购买呢？

其中一种性价比很高的方式是在网上购买中国电信美洲公司**CTExcel的一美元通讯套餐。**近年来因中国电信美洲公司在美国发展手机套餐业务，让在美留学生和华人有了更多的通讯选择。自2021年6月起，用以edu为结尾的邮箱即可注册领卡。**首月仅需1美元，就可享受价值19,29,39,49美元的高流量套餐，其中49美元套餐限量抢购！**

作为适合留学生使用的通讯套餐，中国电信美洲公司的套餐有几大特点：

无需SSN、无需繁琐的开卡流程，国内外免费寄卡到家，流量充足、网速稳定，无限美国通话，无限国际通话（含中国等二十个国家），无限全球短信，一卡双号服务，7*24中英双语客服，180天超长停机保号服务，轻松入网、支付方便

如何获得一美元电话卡?

上网搜索“电信一美元”或者进入中国电信美洲公司官方网站www.ctexcel.us，点击首月一美元优惠banner，选择免费领卡，填写中国邮寄地址，3-5个工作日内即可免费收到手机卡。如果已到美国仍想办理CTExcel通讯套餐，填写美国地址同样可以参与一美元活动（可保留原美国号码加入CTExcel套餐）。**出国前一天激活手机卡，下飞机插卡即可使用，真正做到中美通讯无缝衔接。**

使用芝大专属推荐码13HS可再得10美金话费！

有任何疑问欢迎扫码添加芝大专属小助手咨询

【本页信息来自学联赞助商中国电信美洲公司，特此声明】

有一点需要注意的是国际长途，使用美国本地公司的手机号码拨打国内手机/固话需要单独购买国际套餐，而购买中国电信号码会赠送一定国际通话时间。同学们 亦可购买长途电话卡，长途卡可以在Chinatown购买，有不同的种类，大同小异，收费 略有差别。用电话卡打长途较为便宜，有些卡的价格是20美元1800分钟。往国内打手机固话也可以使用Skype，购买大陆通套餐即可，费率约为 0.08 元/分钟。如果国内亲友 需要拨打自己美国的手机/固话，也可以建议他们购买电话卡（推荐电信的17900，比较 实惠）。另外，使用长途电话卡时，要先拨通一个号码转到电话卡公司的服务器，再 拨打国内电话。打国际长途扣除电话卡上的钱，整个过程也同时会收取市话的费用， 晚上或周末除外。同时，Google Call可以免费拨打美国国内电话，打中国大陆2美分一 分钟，对平时不怎么打电话的同学们比较方便。实际上，微信等视频软件的兴起让拨 打国际长途至国内显得不那么必要，留学生与国内亲友交流多数会使用微信视频，美 国电话卡打电话的用途更多是拨打美国国内的号码。

关于网络信号，芝大校区范围内都有可以用CnetID和密码登陆的无线网，学 校的图书馆里面也有公用的电脑，除了有时宿舍里和路上的Wifi信号较差。刚到美国如 果急需上网可以先去学校，但住在校外的同学需要尽快为公寓里开通网络。主要的网络运营商有AT&T和Comcast，办理时在网上查好信息，选好plan之后给公司打电话， 预约时间，公司会上门安装。如果没有SSN号码需要交一定的押金，一年之后退还，并交纳租用Modem的费用、安装费、以及第一个月的网费。开学时各大公司可能会有一 些优惠，大家可以多留意。同时，建议大家都自备一下网线，这样能够在绝大部分时间段内保证网络速度和稳定性 。

九、购物/美食

吃穿住行中吃是排在首位的，吃得开心，生活才能丰富多彩，学习会更有动力，但是对于刚刚到达美国的同学，可能会面临着饮食文化差异，没时间自己做饭等等 问题，以下是我们归纳出的一些吃喝相关资讯，同时，学联即将推出“**美食每刻”系列原创文章发布到学联公众号**，会详细介绍芝加哥大学及周边的餐厅，希望能丰富同学们的课余生活，也期待大家的关注：

❖ 如果选择自己做饭， Hyde Park的这些商店，可以让大家能尽快开始经营自炊生活：

1、**Hyde Park Produce**：53街与Woodlawn Ave路口

Hyde Park当地的一家小超市，价格实惠，是买菜买水果的好选择。

2、 **Whole Foods**：Lake Park Ave与Hyde Park Blvd路口）

该连锁店商品最突出的特点是新鲜，而且每天午餐、晚餐时间还有现做的食品，满足想吃热腾腾“盒饭”的同学的迫切心情。

3、**Target**：53街，Nichols Park对面

美国著名的大超市，类似Walmart，里面生活用品，零食等等应有尽有。附近还有CVS可以购买生活用品和药品。

4、 **Trader Joe‘s**：1528 E 55th Street.

强烈推荐的美国网红超市，其中最为出名的是其速冻食品，比如灌汤包，韩式牛仔骨，炒饭等等，微波炉加热一下就可食用，十分适合没时间做饭的同学们。还有物美价廉的甜品，零食等等。

❖ 位于Chinatown 的中国超市：

1、**百佳市场 Chinatown Market**：2121 S Archer Ave

规模适中，位于中国城中心，离各家餐馆和地铁比较近，可以选择乘地铁前往，吃完饭后购买食材，再叫Uber或Lyft返校。

2、**香港超市 Park To Shop Supermarket**：2425 S Wallace St

离地铁有点远，是开车去的首选。物美价廉，同时种类齐全，无论是各式酱料还是蔬菜瓜果，或是火锅肉片和鱼头，在这里基本都能买到。

3. **88超市 88 Market:** 2105 S Jefferson St

芝加哥最新开的中国超市，位于中国城外围天一广场内，有免费停车场，超市干净宽大，里面零食种类丰富，还有面包店，寿司店等众多餐厅入驻，同时临近侨林火锅等餐厅

❖ 网络订餐平台：

1、**饭团外卖/Chowbus/熊猫外卖**

以上外卖平台重点针对中餐外卖，其中也会有一些日餐、韩餐、泰餐等。同学们要是在平日里想享用中餐，但又没有时间去中国城的话可以选择以上平台进行订餐。

2、**Ubereats、Grubhub、Doordash、Postmates**

非中餐外卖软件四大天王，囊括了大部分学校附近的外卖餐厅。不同软件都有新用户优惠政策不同，可以输入认识同学的邀请码，双方都获得减免。同时，一些软件（如Ubereats）会滚动推出免运费外卖，临近饭点时可以关注。

❖ 校内就餐选择：

1、**Hutchinson Commons**：57街与University Ave路口

有汤面、泰式炒面，墨西哥菜、夏威夷小吃poke bowl、炸鸡、巴基斯坦菜等供选择，价格适中，分量不小，地理位置相对方便。巴基斯坦菜里有许多可圈可点的肉类菜品，大家可以尝试。

2、学校食堂**Bartlett、Baker、Cathey、Woodlawn**

均为自助餐，质量不稳定。本科在校内住的同学在学费里自动缴纳了餐饮费，研究生同学需要咨询Uchicago Dining办理Meal Plan，价格较高。

3、**Swift Hall、Cobb Hall、Divinity School楼下cafeteria**

吃简单的午餐便饭的好去处，优点在于价格非常亲民。这些地方的饭大多由四周餐厅每天供应，确实有偏亚洲风味的盒饭（美式中餐和泰国菜），但都相当甜。

4、**Food Trucks**：Ellis Ave从57街至59街、Saieh Hall门口的University Ave

中午会有各式餐车前来售卖午饭。其中比较合中国人胃口的当属Bobcha，价格适中，支付现金可以再便宜些。Harolds炸鸡车深受美国人民喜爱，其只在临近夏天的月份里前来售卖，排队时间比较长。

❖ 除了学校之外，在Hyde Park其它地方也分布着多家餐厅：

1、57街从Kimbark Ave至Kenwood Ave：Noodles（面条，亚洲菜）以及Medici（买三明治等简餐）

2、55街：Lake Park Ave以西的马路两侧，有比萨店、法国餐厅、咖啡厅等。Lake Park Ave以东的路南边，有几家泰国、日本、韩国餐厅，由于味道接近中餐，所以比较受中国学生的喜爱。

3、53街从Lake Park Ave至Woodlawn Ave：

Lake Park Ave与Harper Ave之间Valois（西式简餐）

Harper Ave街角的Pizza Capri（比萨）

Harper Ave与Blackstone Ave之间的Nando’s（南非烤鸡）

Blackstone Ave与Dorchester Ave之间的Wok N Roll（美式中餐）

Hyde Park Produce附近的Leona（意大利餐厅）和Nicky's Chinese Food（美式中餐）

Dorchester Ave与Kenwood Ave之间的Shinju（日料，有时中午有15美元的自助寿司）

除了学校附近的这些餐厅之外， 还有一个选择是Chinatown。总体来说，芝城中餐水平中规中矩，缺少亮眼餐厅，与加州、纽约、加拿大等差一个档次，但满足日常 思乡之情也算是勉强足够的，其中大部分的餐厅都在Chowbus/Ricepo/熊猫外卖上有， 疫情期间若不愿意出行的同学们可以选择外卖：

1、早茶：明轩、采蝶轩、大三元、多乐、万豪

2、川菜：老四川、姚姚酸菜鱼，麻公辣婆、入乡随蜀、川渝小厨

3、火锅/串串：侨林火锅，海底捞，老九门、小肥羊、小尾羊、川麻婆、钢五厂顾大姐小郡肝

4、甜点：Chatime和Hello Jasmine的奶茶，Mango Mango, 朝茶，享茶(Chinatown & 芝大店），Uni Uni, 功夫茶，Joy Yee的冰沙，鲜芋仙

5、韩餐：Chatime二楼的韩国Daebak， Ahjoomah's Apron KoreanRestaurant、BbQ Chicken、Bonchon (这两个都是韩式炸鸡店)

6、烧烤/烤鱼：探炉、老高烧烤、友情客串、火炉居烤肉

另外不在Chinatown中心位置，但在附近的小台北、沈阳菜馆、大东北、北国 饭店、口福阁等，也都是非常火热的中餐馆。

芝城市中心有许多值得探访的西式餐厅，汉堡、brunch、日料都有许多选择。 这方面可以相信美国人的选择，参考Foursquare、Yelp、TripAdvisor。部分正式餐厅需 要预订，基本上是使用OpenTable和Reserve。

芝加哥的美食非常多，简短的篇幅内很难陈述全，想要更多推荐的同学，可以关注相关微信公众号，或者向学长学姐们咨询。

十、家电器材

在生活中会发现有不少家具、电器需要新置办，小到吸尘器、微波炉、电饭锅、 穿衣镜，大到落地灯、桌椅、书架、床垫、冰箱等等。如果需要购买大件家具，没有车搬 运起来的确很不方便，可以请有车的师兄师姐帮忙开车带着到郊区宜家等大卖场购买（芝加哥附近两家IKEA都距学校约35-40分钟路程，可提前在网上订货或确定是否货源充足）， 或者网购（需支付运送费，并确保送到时自己在家）。

对于较小的物件和电器，如果比较方便寄送且不易被损毁，可以直接在网上购买。Amazon有学生免费的6个月Prime会员，可以充分利用。除Amazon之外Target、Walmart也 提供网购配送服务。有兴趣的同学也可尝试专门的家具电商如Wayfair。建议购买家具的时候买一套组装工具，因为这里家具送过来有可能是一堆木板，需要个人组装。

在53街上有几家卖床和床垫的商店，比如Harper和Lake Park之间的American Mattress等等，是近处的一种选择。另外，54街与Lake Park处的Elston Ace Hardware有一些家用电器和工具，Office Depot可以买到桌椅板凳和文具用品，Walgreens里有各种日用品，53街的Target更是从床上用品到冰箱电器等一应俱全。电饭锅、烧水壶之类的东西在Chinatown也可以购买到。如果希望从国内带来电器，需要注意的是美国电压为110V而中国为220V，建议提前查看电器的适用电压范围或购置电压转换器。

如果想要购买二手家具的话，推荐大家前往学联官网上的交易市场寻找二手物品 交易信息。同学们可以关注我们CSSA为大家建立的平台芝大学联交易市场(http://www.cssa.uchicago.edu/forum)，或者到lists.uchicago.edu上订阅我们CSSA 的Mailing List获得二手家电器具的出售信息，甚至是一些房源信息。除此之外，学生们常常 也会在微信群中发布房源或二手物品出售信息。

学校官网上“跳蚤市场” UChicago Marketplace也有类似物品交易信息。 （http://marketplace.uchicago.edu ）同学们尤其可以留意将要搬走的人发在上面的MovingSale的信息，种类繁多物美价廉，总有一款适合你。转让者多是芝大学生学者，住在HydePark区域内，看货交易拿货也很方便。

十一、校园设施

芝大的图书馆主要有以下几个: Regenstein，Mansueto，Crerar，Harper，Eckhart，D’Angelo Law。

- Regenstein 是最大的图书馆，位于 57 街，University 与 Ellis Ave之间，共有地上五层，地下两层。藏书主要以文学、历史、社会科学书籍为主。5楼为东亚图书馆，有很多中文书籍和中文杂志。每一层都有自习区域，其中A level和1层都是讨论区域，其余楼层皆需要保持安静，但是有很多单独的房间用于group work，可以在网站提前预定。
- Mansueto与Regenstein一楼相通，是一个巨大的蛋壳型玻璃建筑，整个地上一层都是安静的自习室，是很多同学最爱的学习场所；地下有无数藏书，但目前不对学生开放。
- 位于 Ellis Ave，57 与 58 街之间的 Crerar 是近两年刚刚翻新的计算机系所在地，有大量科学系藏书，多个机房，以及众多信息技术相关学科的新设施。
- Harper Memorial Library位于 Main Quadrangle 最南边，现在已经几乎没有藏书了，大多数楼层都是学校行政部门的办公室，但是三楼有一个很大的自习室，古色古香，而且工作日24小时开放。
- Eckhart LIbrary位于Eckhart Hall二楼，该建筑是数学系所在地。图书馆可容纳人数不多，藏书以数学书为主，兼有统计与计算机书籍。D’Angelo Law 位于 60 街，Woodlawn 与 Ellis 之间，是法学院图书馆。

学校的体育馆对学生免费开放。Ratner 是最大的体育馆，位于 55 街与 Ellis Ave，内有篮球场，游泳池，健身房，大量跑步机和椭圆机，并配备更衣室和浴室。其中较小的篮球全场特定时间会改成羽毛球、排球、曲棍球、或室内足球场。具体时间安排可参看Ratner内的公告栏。Ratner 西边依次分布着橄榄球场(足球场)， 棒球场，以及网球场，入口都在 56 街相应的位置。Henry Crown 位于 56 街与 University Ave，可以打壁球，但是整体上设施陈旧，人也比较少。此外，位于校园南侧的Midway 有一个足球场，在冬天可以滑冰，自己带着溜冰鞋是免费的。离校园很近的湖边有 Lake Front Trail，天气好的时候，可以跑步骑车。

学校的自助Dining Hall有四个：Baker，Barlett，Cathey和Woodlawn。Baker坐落在校 园最北侧的 Campus North 宿舍大楼脚下，大厨水平发挥在三个食堂中最为稳定，室内装潢以灰白色的为主，备/取餐处由简约的线条限定，整体活动空间十分宽敞，主打牛肉、猪肉、鱼肉系列常规主餐，有常设的仿荤食与三明治档口。Barlett 在 Regenstein 图 馆东门对面的 Barlett Hall 二层，餐饮质量水平在三个食堂中最不稳定，室内风格较为古朴，保留了老芝大的风派，特色是世界各地风格的食物，但通常会演绎成黑暗料理； 此外，有一个常设的墨西哥taco档口，与包装冰激凌冷柜。Cathey位于60街南的Renee GreenVile宿舍楼门口，三个食堂中风评最佳，烟火气十足，就餐空间分为类似快餐厅风 格取餐区周围，以及深处铺有暗红地毯的轩敞宿舍楼内，特色是丰富且较少失手的烹饪形式，有常设的意大利面档口与约一半时间开放的铁板烧档口。

芝大的伙食整体来说是不错的——校内流传着 Freshman 15 的典故，即新生入学的第一quarter通常会因吃饭而增长15磅体重。总而言之，希望大家在第一学期尽量控制饮食，参考档口的营养标识进行选择，也可以登录 https://uchicago.cafebonappetit.com/ 查看当周食谱。每学期在三个Dining Hall之一会提 供夜宵（Fourth Meal），请大家慎重考虑前往。需要注意的是，每周六晚是Dining Hall的检修时间，所有校内就餐学生需前往Hutchinson Commons的一系列小摊位取餐。

如果吃腻了食堂，校园内也有一系列自费场所可以选择：支持使用maroondollar（根据所选meal plan在校园卡中自动获得的储值，新生每quarter有100美金）的包括位于Main Quad西北角的Hutchinson Commons中的Pret与一些小摊位，位于Main Quad外西侧bookstore内、东侧经济系楼内的星巴克，还有Barlett楼下的小超市Maroon Market。集中在Campus North楼下有一系列校外个体商户：Dollop Café、Nella意大利 餐馆、Insomnia Cookies、Teamo 奶茶店。

在学习过程中有时需要打印材料与作业。宿舍楼内与Regenstein一层均有付费打印机，具体费用详见https://printing.uchicago.edu/，需要首先使用校园卡登陆

https://uniflow-ig-prd.uchicago.edu/ig/budgetrecharge进行充值并刷卡进行打印。此外，Oriental Institute二楼的打印机是免费的，也是不错的选择。

学校内街道两侧设有许多报警灯柱，在察觉到危险时应尽量按下上面的红色按钮，并可在移动的过程中按下沿路的按钮，校警会出动并找到你的位置，尽可能保护你的安全。关于安全的更多信息详见第六章。

疫情期间学校诊所提供新冠检测服务，以出现发热、咳嗽、呼吸困难、失去 味嗅觉、身体酸痛者优先。在准备检测前需要在周一至周五的早八点到下午四点拨打773-834-9355进行预约，批准后方可根据安排的时间进行检测。更多信息详见

https://www.uchicagomedicine.org/patients-visitors/patient-information/coronavirus-information/coronavirus-patient-education。

十二、看病就医

在芝大，所有注册学生都会被要求加入学校的学生医疗保险U-SHIP或者在截止日期前提供与之等效的其他保险的证明，详见学校网站：http://wellness.uchicago.edu/page/student-health-insurance。关于第三方医保，感兴趣的同学可以到网上搜索相关信息。

- 在U-SHIP和第三方医保中做选择时，比较重要的考虑因素有：

1. 按月/年收取的保险费：相对于U-SHIP 2018-19全年$4398的高昂费用，价格低廉的医保显得十分诱人，但要注意廉价的Plan往往对应着高额的deductible和out-of-pocket maximum，那么常年大小病不断的同学要慎重考虑，而且廉价的plan还有比较苛刻的条款；
2. 保险网络的覆盖程度：现有的第三方Plan较多为PPO (Preferred Provider Organization)体系，只有到保险公司指定的医院/医生那里就医才能享受优惠，所以建议了解就近的PPO医疗资源覆盖情况再做决定。
3. COVID-19相关的政策：保险公司所提供的COVID-19相关政策和报销比例 并不一致。在疫情下，同学们还需要考虑保险公司对于COVID-19诊疗费用的报销率以 及保险是否会免除检测费用。

- 对于参保了U-SHIP的同学，有非急症需要就医时，需先打电话给Student Health Service (SHS) 进行预约（773-702-4156；工作时间请见：https://wellness.uchicago.edu/page/locations），然后按预约时间提前10分钟到达诊所，地址为Suite R-100, 860 E. 59th Street, Chicago, IL 60637 (Goldblatt Pavilion Entrance)。学生在这里看病是免费的。如果SHS无法治疗，医生会再给你推荐到医保范围内其他机构和医生进行治疗，这样医保一般会报销Deductible以外90%的费用。但如果没有先得到SHS医生的推荐而直接去其他地方就医，将有$50的罚款，甚至无法报销。周末或夜间有紧急状况可以拨打24小时Nurse Advice Line（773-702-4156）进行咨询。性命攸关时，请直接去急诊室或拨打911（注意急诊会收取$100的费用）。大部分注册学生每个学期都会被收取一个Student Life Fee，用以支持校园内的文娱活动、社团组织、设施与资源，其中就包括了 Student Health and Counseling Services。 以下为此费用对各个医疗项目的涵盖情况：

- U-SHIP的覆盖时间是从每年9月1号开始，新来的同学如果提前到校，可以联系UnitedHealthcare Student Resources 购买Early Arrival Plan, 为这段时间提供保障。需要注意的是目前U-SHIP并不报销眼科和牙科就医的费用，在没有相关方面保险的情况下去看病将会面临巨额费用。有这方面需求的同学可以额外购买这方面的保险，有关信息请查阅：https://wellness.uchicago.edu/page/dental-vision-insurance-coverage。
- 有关COVID-19 U-SHIP保险的覆盖范围，可以查看官网：https://www.uhcsr.com/faqs
- J-1身份的博后和访问学者则会被要求加入博后学者福利计划PRBP，里面有两个保险可以选择：PPO或HMO。它们的主要区别是HMO需要选择一个primary care physician (PCP)，看病时需要先去找自己的PCP，然后再由他推荐去看专科医生；而PPO保险则不需要PCP，可以直接预约想要的专科医生。需要注意的是要尽量选择保险网络内的医生，否则自己需要支付很高的费用。此外PPO比HMO保险稍贵，每月多$10 ~ $20。博后如果是学校employee，保险费用相对低廉，每月只要$50左右，加上配偶子女也才$100 ~ $160。但如果是非学校employee的博后，或者是自费的访问学者，则保险费用较高，每月要$300多，加上配偶子女则可能超过$1000。关于PRBP的详细信息可以在这里 https://clients.garnett-powers.com/uchicago/index.htm 查到。
- 对于非学校employee的博后和访问学者，如果不想购买学校的保险，可以购买其他符合学校要求（https://internationalaffairs.uchicago.edu/page/insurance-postdoctoral-researchers-and-visiting-scholars-0）的保险，然后向学校申请waiver。

身体是革命的本钱，想要获得学术成功，一副健康的体魄尤为重要。芝加哥大学的学生健康咨询部门(Student Health and Counseling Services)为所有学生提供促进和维护身心健康的全面的、有针对性的服务，以满足各阶段学生的需求和生活方式。你可以浏览这个页面了解时下热门健康问题：http://wellness.uchicago.edu/page/health-information。

如果在日常生活、人际关系、学术压力、思乡情绪、接纳新环境等等方面感到担忧或不适，或许你遇到的问题难以向身边的同学或远方的家人吐露，此时学校的咨询顾问也许可以为你排忧解难 (https://wellness.uchicago.edu/page/counseling-scs)。他们会为你提供一个安全无忧的、私密的、友好的倾诉环境，根据需求向你建议解决问题的方式。芝大学术严谨、竞争激烈的环境，加上芝加哥严寒而漫长的冬季，许多同学时而会感到心情低落、焦虑、无助。根据调查，去年有超过20%的芝大研究生使用了学校的咨询服务，所以寻求咨询并不是什么难为情的事，希望同学们可以敞开心扉，正视生活的苦难，你不是一个人在战斗！

芝大学联在这里衷心希望我们所有背井离乡的莘莘学子都能远离病痛，幸福安康，享受充实的学业生活。

十三、法律常识

“你有权保持沉默，但你所说的每一句话都可能成为呈堂证供。”美国法律最最基本的常识——沉默权，由宪法修正案第五条所赋予，即任何人不得自证其罪。无罪推定是美国法律的原则，即未经合法审判证明有罪确定之前，优先推定被控告者无罪。

对于即将到美国生活的同学，了解美国的法律常识是很必要的。当遇到特殊状况时，下面的一些常识可能会对你有所帮助。

1. 当你被警察拦下并问讯时：保持冷静，不要逃。任何情况下都不要与警察争执或发生冲突，即使警察侵犯了你的权利。将双手放在警察能看到的地方。询问你是否可以离开。如果警官说可以，平静地离开。如果你被逮捕，你有权知道为什么，你有权保持沉默，你有权拒绝搜身。如果遭遇强行搜身，不要抵抗，不要发生冲突。如果你同意搜身，可能成为呈堂证供。若条件允许，在遭遇被警察拦截时打开摄像头或者录音器进行录音，以免遭到侵权行为。

2. 当你在开车时被警察拦下（Pull over）：尽快将车停在路边安全位置，熄火，打开车内灯，将车窗打开一些，双手放在方向盘上。当警察要求时，出示驾照、车辆注册、车辆保险证明。当警察要求查看车内时，你有权拒绝。但是如果警察认为你的车内有犯罪证据时，你的车可能被强行搜查。司机和乘客都有权保持沉默。乘客可以询问警察是否可以离开，如果允许，平静地离开。

3. 当你被警察问讯有关你的移民身份时：你有权保持沉默。警察一般是不会问讯的你的移民身份的，问的那很有可能是假警察。身份相关文件（护照，I-20，社会保险卡SSN，等等）不需要随身携带，请妥善保管。当你怀疑警察身份时，有权要求警察出示警官证。

4. 当执法人员登门时： 你有权拒绝执法人员入内，除非对方持有授权状（Warrant，比如搜查状、逮捕状）。在让执法人员进门之前检视对方的授权状，请执法人员将授权状从门底下塞进来，或者隔窗、透过防盗窥镜展示。你始终有权保持沉默。如果你选择开口，请到门外说，并关上门。

5. 当你被逮捕时： 无论如何都不要抵抗，声明你保持沉默并要求请律师。除此之外什么都不要说。无力支付律师费不要紧，有免费的律师提供的。你有权获得法院的免费的律师。在没有律师的时候，不要说任何话，不要签任何文件，不要做任何决定。你有权打一个本地电话。如果是联络律师的，警察不可以旁听。

6. 签署合同时： 签署任何文件之前，一定要认真阅读文件中的条款。如果你不同意其中的条款时，没必要签。没有人可以强迫你签。一旦签了字，就是你自己的责任了。最常见的情况就是租房合同，一定要非常清楚合同的条款。芝加哥市住宅房东及租客法令（简称RLTO）明确了租客及房东双方的权利和义务（www.chicago.gov/city/en/depts/dcd/supp_info/rents_right.html），供校外租房同学参考。签订租房合约时，应仔细阅读合约里有关押金、房屋维修、供暖等各项条款。

7. 学术诚信： 学术违纪是高压线，不要去碰，碰者后果自负。在芝大，最严重的违纪为学术不诚实，常见行为是考试作弊与论文抄袭。如果被发现有此类学术不诚实现象，该行为会被记录在案，严重时即使首次犯下类似行为也会被学校开除学籍。

8. 骚扰及性骚扰: 芝加哥大学对性骚扰极问题为重视，也就是与Title IX法律相 关问题。性骚扰不仅是肢体骚扰，不当言论、邮件、图片等也可被视为性骚扰。如果有同学认为自己是性骚扰受害者应该及时与校方以及警方联系，可参见第六章所列举的学校相关资源。同时，若有同学被他人进行任何骚扰，或者跟踪等也应及时与学校以及警方联系，保留相关证据，必要时可走法律程序。

9.需要寻求法律帮助时：如需寻求专业法律援助，可通过以下律师工会寻找拥有执照的律师，并提前咨询相关费用：

芝加哥律师公会（Chicago Bar Association）

伊利诺伊州律师公会（Illinois State Bar Association）

全美律师工会（the American Bar Association）

Crescat Scientia; Vita Excolatur / 益智厚生

芝大中國學聯

CSSA UNIVERSITY OF CHICAGO CHINESE STUDENTS AND SCHOLARS ASSOCIATION